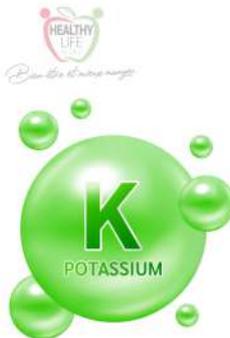




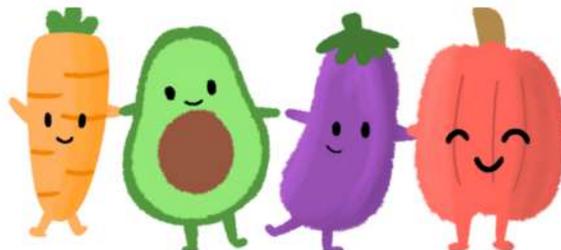
Les gâteaux aux légumes

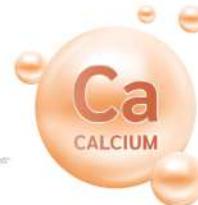




Comme nous le savons tous, les enfants ne sont pas toujours amis avec les légumes.

Pourtant, ces aliments sont remplis de bons nutriments pour le corps : Vitamines, Fibres, Minéraux essentiels pour le développement de l'enfant.





Les légumes sont considérés comme la deuxième source de calcium après les produits laitiers.



Pour rappel, le calcium est important pour les os et les dents afin d'avoir une bonne croissance tout le long de l'enfance et de l'adolescence.





“Healthy Life by J&C “ va vous montrer comment, avec des



recettes de gâteaux simples à réaliser,

les enfants vont apprécier les légumes, car le goût sera



masqué.

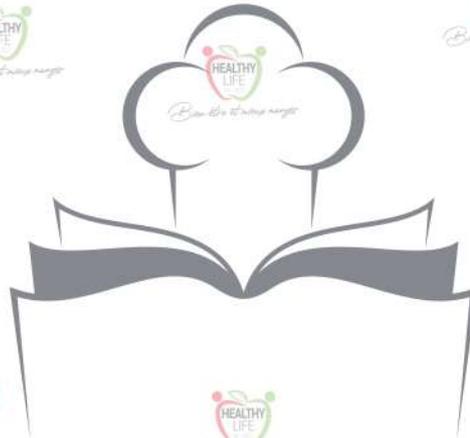


**Mais le légume est bien présent, en bonne quantité,
pour apporter une ration de légume et en tirer tous les
bienfaits.**





En recette, "Healthy Life by J&C"
vous propose :





Bonne Dégustation

Healthy life by J & C tous droits réservés

